

Бартошевич Татьяна Ивановна

педагог-психолог

АНО ДО «Планета детства «Лада» – Д/С №140 «Златовласка»

г. Тольятти, Самарская область

ПРОЕКТ «В МИРЕ ЭМОЦИЙ»

Аннотация: в статье представлен опыт работы по формированию эмоциональной сферы и эмоциональной саморегуляции у детей 6–7 лет с использованием информационно-коммуникативных технологий и технологии проектирования.

Ключевые слова: эмоции, эмоциональная саморегуляция, эмоциональное состояние, проекта, продукты проекта, виды детской деятельности.

Вид проекта: творческий.

Продолжительность: 1 месяц.

Участники проекта: воспитанники подготовительной группы, педагог-психолог, воспитатели, родители.

Актуальность темы: Эмоции помогают ребенку обозначить его собственное состояние и понять настроение других людей. Особое значение умение управлять своими эмоциями и поведением приобретает при переходе в школу. Поэтому так важно формировать у дошкольников умение регулировать свое эмоциональное состояние разными способами и средствами.

Данный проект направлен на формирование эмоциональной саморегуляции у детей 6–7 лет.

Цель: формирование эмоциональной саморегуляции у детей 6–7 лет посредством различных видов детской деятельности.

Задачи:

1. Расширить у детей знания и представления об эмоциях и причинах их возникновения.
2. Расширить представления детей о разных средствах и способах регулирования собственного эмоционального состояния.

3. Развить у детей желание регулировать свое поведение в разных эмоциональных состояниях.

4. Развить у детей умение самостоятельно регулировать собственное эмоциональное состояние разными средствами и способами.

Предполагаемый результат:

1. Закрепление знаний и представлений детей об эмоциях, причинах их возникновения и способах регулирования собственного эмоционального состояния;

2. Овладение детьми разными способами регулирования собственного поведения.

3. Расширение и активизация речевого запаса детей об эмоциях и регулировании поведения, а также в процессе знакомства с рассказами, сказками, пословицами и поговорками данной тематики;

4. Отражение знаний, накопленных в процессе реализации проекта, в различных видах деятельности (изобразительной, познавательно-исследовательской, игровой, коммуникативной);

5. Активное участие родителей в образовательном процессе детского сада.

Продукты проекта:

1. Игры для интерактивной доски «Найди пару» и «Про что можно так сказать?».

2. Лэпбук «Уходи, грусть, уходи!»

3. Альбом «Эмоциональная карусель».

4. Интерактивное панно «Радуюсь и злюсь, удивляюсь и боюсь».

1 этап – подготовительный

1. Составление плана совместной деятельности детей и взрослых.

2. Подбор художественной литературы.

3. Подбор дидактических игр.

4. Подготовка афиши-приглашения для родителей об участии в проекте.

5. Разработка конспектов ОД.

6. Сотрудничество с семьей – консультация «Как научить ребенка управлять собой», оформление альбома «Эмоциональная карусель» (фото детей и

родителей группы в разных эмоциональных состояниях); оформление буклетов по теме проекта.

2 этап – практический

Коммуникативная деятельность:

1. Чтение – И. Токмакова «Мне грустно», Д. Хармс «Веселый старичок, Э. Мошковская «Какие бывают подарки», Д. Самойлов «У слоненка день рождения», А.С. Пушкин «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях», «Айюга» нанайская сказка, «Морозко», русская народная сказка».

2. Чтение и обсуждение пословиц и поговорок об эмоциях.

3. Беседа «Когда радость помогает, а когда мешает», «Польза и вред злости», «Почему бывает грустно», «Чего боятся дети и взрослые».

4. Словесные игры – «Сочинение историй о своем настроении», «Скажи подружке», «Моя грусть (обида, злость, радость) похожа на ...», «О чем можно так сказать?», «Поделись радостью», «Назови слова, сопровождающие обиду (злость, радость)», «Закончи предложение».

Художественно-эстетическая деятельность:

1. Рассматривание иллюстраций картин русских художников (с разными эмоциональными состояниями детей и взрослых, изображенных на картинах).

2. Аппликация – «Клоуны», «Маска со съемными деталями для выкладывания разных эмоций», «Страшный зверь».

3. Рисование – «Радостное событие», «Что может напугать человека (разозлить, обидеть, обрадовать)», «Настроение в лицах».

Познавательно-исследовательская деятельность:

1. Игры-эксперименты «Рассерженные шарики», «Кипящий сосуд», «Башня злости».

2. Составление алгоритмов регуляции эмоций «Как помочь себе, если ты обиделся», «Как справиться со злостью», «Что делать, если стало грустно».

3. Решение проблемных ситуаций: «Как преодолеть обиду?», «Как справиться со злостью?», «Что делать, если стало грустно».

Игровая деятельность:

1. Сюжетно-ролевые игры «Праздник», «День рождения».
2. Дидактические игры – «Найди домик для эмоции», «Театр эмоций».
3. «Угадай настроение», игры-ассоциации «На какой цветок, животное, предмет похожа моя радость (обида, злость, страх, грусть)», «Цвет мой обиды (грусти, радости, страха, злобы)».
4. Игровые упражнения на регуляцию эмоций: обиды – «Дразнилки и обзывалки», «Жужа»; радости – «Добрые пожелания», «Комплимент»; грусти – «Обезьянки», «Цирк»; страха – «Слепой и поводырь», «Ночной поезд».
5. Настольные игры – «Путешествие в мир эмоций», «Театр настроения», «Такие разные эмоции», «Лица и эмоции».

3 этап – итоговый (презентация проекта)

1. Лэпбук «Уходи, грусть, уходи!».
2. Альбом «Эмоциональная карусель».
3. Интерактивное панно «Радуюсь и злуюсь, удивляюсь и боюсь».
4. Итоговая образовательная деятельность «Эмоции управляют мной или я ими?» с использованием интерактивной доски.

Список литературы

1. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2004. – 288 с.
2. Крюкова С.В. Удивляюсь, злуюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие / С.В. Крюкова, И.П. Слободяник. – М.: Генезис, 2000. – 208 с.
3. Ошкина А.А. Формирование эмоциональной саморегуляции у старших дошкольников: Учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова. – М.: Центр педагогического образования, 2015. – 128 с.